

ほけんだより 9月

仙台市立川平小学校
ほけんだより No. 6
平成22年 9月 1日

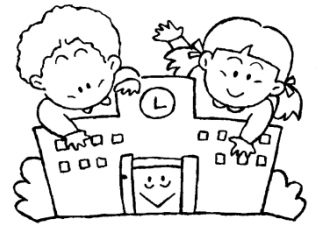
なつやす お 夏休みが終わっても、まだまだ暑い日が続いています。

すいぶん 水分をとったり、ぼうしをかぶったりして、暑さ対策をしましょう。

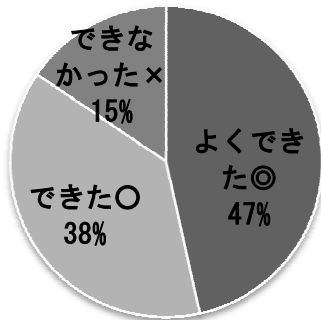
9月も「はやね・はやおき・朝ごはん・外あそび」を続けましょうね。

9月のほけんもくひょう

せいかつ 生活のリズムをつくろう



はやね・はやおきはできましたか。
(7月 川平小の全校児童の調査)



あなたは、「はやね・はやおき」の生活のリズムは、ととのっていますか。
夏休み明けの生活をふりかえってみましょう。

はやね



はやおき



べんきょう



しよくじ



うんどう

9月のあいらせ



ここからは
おうちのひとと
よみましょう。

9月の健康診断

- ◇ 9月1日(水) 昼休み **6年生陸上選手のための健康相談** (齊藤内科校医)
- ◇ 9月6日(月) 13:20~ **1年生 中耳検査** ※別紙でお知らせをお渡しています。
・女子で髪の長い人は、耳にかからないように結んでください。
- ◇ **6年生全員 シフテリア・破傷風予防接種**についてのお便りと問診票を配布しました。
3枚綴りです。お確かめください。お問い合わせは、仙台市保健所まで。(別紙参照)



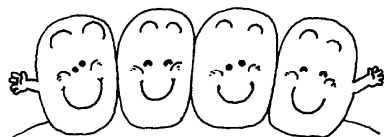
「歯みがきチェックカード」 ご協力ありがとうございました。

夏休み中、染め出し錠を購入して、親子で歯垢の染め出しを行ったという声もいただきました。1年に何度かチェックをすると、歯みがきのくせや、歯ブラシが届かないところなどがわかります。定期的に、ご家庭でも歯みがきのチェックをしていただくと良いと思います。

今後も、歯の健康の保持増進について、ご協力よろしくお願いします。

(感想・目標より)

- ◆ あかくて、火がついたみたいになった。(1ねん)
- ◆ しあげみがきをしたいと思いました。(1年保護者)
- ◆ きれいにみがいていたつもりなのに、(赤くて)びっくり。(2年)
- ◆ おくの方がよごれているね。大人の歯の前歯はバッチリ!(2年生保護者)
- ◆ 6月にした時よりもきれいになってうれしかった。(3年)
- ◆ 歯のすみに赤いのが多かった。鏡を見てよくみがきたい。(4年)
- ◆ 目標は、6年生になるまでに赤いところをなくすことです。(5年)
- ◆ 主におくばのみぞを中心にみがけていなかったなので、今後特に注意したい。(6年)



夏休みの健康調査のまとめから

夏休みの健康調査をまとめた結果、かぜを含む夏の感染症にかかった人が20人いました。手足口病3人、流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)3人、りんご病などでした。脱水による発熱や熱中症のような症状になった人もいました。

夏休み明けは、かぜや腹痛により毎日5~6名が欠席していますが、感染症の流行はありません。

予報ではまだまだ暑さが続きそうです。水分補給など、引き続き熱中症対策をしながら、過ごしていきましょう。早寝・早起き・朝ごはんなどの生活リズムを整えることも、熱中症の大事な予防になります。

登下校中の水分補給に関しては、必要に応じて、今まで通り水筒(水かお茶)を持参させてください。

「学校保健委員会」を終えて

夏休み中、学校医の先生方と保護者、学校の代表が出席し、学校保健委員会が行われました。健康診断や体力テストの結果、昨年度の感染症流行の状況、子供たちの生活の様子などについて、報告や話し合いがもたれました。

学校医の先生方からは、「心とからだの健康」については、保護者の理解と協力がなくてはならないというご指導がありました。学校歯科医の先生からは、口の健康は、全身の健康につながるため、早めの治療をというご指導がありました。また、学校薬剤師の先生からは、「薬物乱用防止教室」では、子供たちは思った以上にメディアなどからの「薬物」の情報に敏感であることを感じたというお話をいただきました。

今後も、子供たちの心と体の健康について、ご家庭と協力しながら、見守っていきたいと思います。